

# Tipps für den Ernstfall: So machen Sie bei einer akuten Verschlechterung alles richtig

## Erkennen Sie eine drohende Verschlechterung rechtzeitig!

Werden Sie **hellhörig**, wenn Sie folgende Symptome bei sich bemerken, denn sie können Zeichen für einen drohenden Notfall sein:

- ✓ Sie müssen **vermehrt husten**.
- ✓ Ihre **Atemnot nimmt zu**, auch schon in Ruhe.
- ✓ Ihre Peak-Flow-Werte sinken.
- ✓ Sie müssen Ihr Bedarfsspray häufiger anwenden als sonst.
- ✓ Sie haben mehr **Auswurf** als sonst, er verfärbt sich gelblich-grün.
- ✓ Eventuell haben Sie **Fieber**.
- ✓ Sie fühlen sich **schlapp** und müde.

**Gehen Sie zum Arzt, wenn Sie solche Anzeichen einer Verschlechterung bei sich bemerken. Eine akute COPD-Exazerbation muss rasch behandelt werden!**

### Bei starker Atemnot helfen folgende Sofortmaßnahmen:

- **Bewahren Sie Ruhe**, öffnen Sie eventuell ein Fenster.
- Ermitteln Sie Ihren Peak-Flow-Wert.
- **Inhalieren Sie Ihr Bedarfsmedikament**, wie mit dem Arzt besprochen.
- Nehmen Sie eine atemerleichternde Position ein (Kutschersitz, Stand mit Aufstützen) oder Lippenbremse einsetzen.
- Messen Sie nach 5 bis 10 Minuten erneut Ihren Peak-Flow-Wert. Falls er sich nicht verbessert oder gar verschlechtert hat, inhalieren Sie erneut Ihr Bedarfsmedikament. Nehmen Sie außerdem die **Medikamente** ein, die Ihr Arzt Ihnen für den **Notfall** verordnet hat.
- Bei weiterer Verschlechterung: Notarzt rufen **Tel. 112!**

